

Consejos para el uso de una taza entrenadora

- Tenga paciencia. Lleva tiempo enseñarle a su niño o niña una nueva habilidad.
- La mayoría de los niños están listos para empezar alrededor de los 7 a 9 meses.
- Deje que su niño juegue con la taza antes de ponerle algo.
- Utilice una taza entrenadora con capacidad de 4 a 6 onzas, lo bastante pequeña para las manos pequeñas. Para empezar, póngale una pequeña cantidad de líquido.
- Ofrezcale la taza entrenadora a la hora de la comida o de la merienda, cuando el niño se encuentra sentado. Sólo necesita beber cuando tiene sed o durante las comidas.
- El agua es una excelente opción para la taza entrenadora. También se pueden utilizar leche materna o fórmula.
- Pruebe una taza entrenadora con pico para todos los líquidos. Cambie a una taza abierta tan pronto como su niño pueda arreglárselas con ella, normalmente entre los 12 y 15 meses.
- Puede que al principio haya muchos derrames ¡Todas las habilidades nuevas toman tiempo y paciencia!

mi. primera taza



South Carolina Department of Health
and Environmental Control

www.scdhec.gov/wic

ML-009078 3/13



Utilice su teléfono inteligente para escanear este
código para aprender más sobre WIC.



FEED YOUR
FUTURE
SOUTH CAROLINA

Las tazas entrenadoras vs. Las tazas para beber a sorbos (tazas “Sippy”)



- No tiene tapa
- Puede tener agarraderas
- Capacidad de 4 onzas



- Tiene tapa
- NO es a prueba de derrames
- Capacidad de 4 a 6 onzas



- A prueba de derrames
- Cuenta con una válvula que controla el flujo del líquido
- Capacidad de 8 onzas o más
- Puede incluir popote

La taza entrenadora es una taza normal con o sin tapa.

- Una taza ayuda a su niño a utilizar sus habilidades mano-ojo.
- La mayoría de las tazas “sippy” tienen una capacidad de más de 8 onzas y cuentan con una válvula a prueba de derrames.
- Mire en el interior de la taza “sippy”. Va a ver una pequeña válvula de plástico. Ésta causa que su niño chupe como del biberón. Puede impedir que su niño aprenda la habilidad de beber de una taza.

Las tazas “Sippy” pueden llevar a varios problemas.

Si empieza con una taza entrenadora, puede ser posible evitar algunos de los problemas que se mencionan a continuación.

El uso de una taza “sippy” puede causar:

- Caries
- Retraso en el habla
- Poco apetito
- Problemas de peso
- Enfermedades provocadas por gérmenes que se encuentran en las tapas que no estén bien lavadas.

Recuerde, toma tiempo y paciencia para aprender a beber de una taza. Los beneficios para la salud y la sonrisa de su niño hacen que valga la pena.